

# 《胃肠疾病营养康复食谱》

## 图书基本信息

书名：《胃肠疾病营养康复食谱》

13位ISBN编号：9787536683174

10位ISBN编号：7536683170

出版时间：2007-1

出版社：重庆出版集团（重庆出

作者：于康

页数：271

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《胃肠疾病营养康复食谱》

## 内容概要

本书由北京协和医院营养学专家，根据多年的研究成果和临床经验，结合协和住院胃肠疾病，以及消化系统中的消化腺体如肝、胆、胰疾病患者的实际营养配餐情况组织编写而成。该书首先总体介绍国人的饮食营养知识，然后介绍本疾病基础和营养康复知识，尤以数十道配餐，为读者提供科学实用的营养康复指导。其中关键配餐均列出原材料、制作方法及食用方式，并精选出12道配餐附有实物彩色照片。本书可作为院外胃肠疾病和肝、胆、胰疾病患者、易患者及其家属的营养康复及预防指导手册，也可供其他医院的相关医务人员参考。

# 《胃肠疾病营养康复食谱》

## 作者简介

于康，男，1969年生。北京协和医院临床营养科副主任医师、副教授。中华医学会北京分会营养学会副主任委员、中国营养学会临床营养分会委员、中华预防医学会健康风险评估专业委员会委员、中华预防医学会健康风险评估专业委员会委员、北京市健康教育协会常务理事、《中国临床营

# 《胃肠疾病营养康复食谱》

## 书籍目录

PART 1 前言 我们的营养 食物多样，谷类为主 多吃蔬菜、水果和薯类 常吃奶类、豆类及其制品 经常吃适量鱼、禽、蛋、瘦肉，少吃肥肉和荤油 食量与体力活动要平衡，保持适宜体质量（体重） 吃清淡少盐膳食 吃清洁卫生、不变质的食物 我们的需求 营养素的功能 蛋白质 脂类 糖类 维生素 矿物质 水 膳食纤维 我们所需要的食物 谷类 干豆类 蔬菜、水果类 肉类 蛋类 奶类 小结PART 2 消化系统，我们知道多少 漫步消化系统 消化系统，我们的核心系统 各脏器结构功能浅析 食物的消化 食物在口腔内的消化 食物在胃内的消化 什么是“胃排空” 食物在小肠内的消化 食物在大肠的“消化吸收” 关于腹泻 谁来调控食欲 胃肠激素的4大作用 肠道菌群，与我们共栖 正常肠道菌群的4大作用 什么是菌群失调 消化道疾病易导致营养不良PART 3 消化系统疾病膳食指导 膳食指导 普食 软食 半流质膳食 流食 清流食 限糖类膳食（即限碳水化合物膳食） 限脂肪膳食 .....PART 4 各类胃肠道疾病的营养治疗PART 5 肝胆胰疾病的营养治疗PART 6 得了消化道疾病一样可以吃好PART 7 附录

# 《胃肠疾病营养康复食谱》

章节摘录

插图

# 《胃肠疾病营养康复食谱》

## 精彩短评

- 1、内容很丰富 很好 了解了很多的知识
- 2、还没来及看呢，翻了一下，觉得还不错呢
- 3、送货速度太快了，上午订的，下午就送到了，非常满意，书还没有看
- 4、对于胃肠不好的朋友来说可以读一读,还不错.
- 5、老妈在看  
应该还不错吧
- 6、找了好多地方，终于找到了朋友肝功能不全，一直不知道要怎么弄吃的，找了好多书都没有讲，这里面讲了，真是太好了不过，它把整个胃肠道都讲了，可……真是全面啊，嗯也算长见识吧
- 7、不是很好看，字太小了
- 8、非常的棒，有针对性。
- 9、简单的讲述了一下食谱
- 10、几好，对我有一定的帮助，让我对肠胃有了更深的认识。
- 11、说了很多没用的话，具体内容对胃肠食谱方面却有点少。不太喜欢。
- 12、不知道是不是真的是于康老师写的书。
- 13、平时不太注意饮食，这本书比较科学地告诉了我们应该如何注意，不错！
- 14、还行，很具体，讲叙多种疾病的保养
- 15、有详细的病理分析，但是不够实用。医院里或许能做到。完全按照食谱需要较强耐心与经济支持。
- 16、很实用!我会在朋友中推广!
- 17、挺有参考价值。
- 18、感觉书的内容一般

# 《胃肠疾病营养康复食谱》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)